ROK IX
Nr. 4.

15 Luty

Opłata uiszczona ryczałtem

Cena 60 gr.

MŁODA MATKA



DWUTYGODNIK POŚWIĘCONY ZDROWIU I WYCHOWANIU DZIECKA DO LAT 7-MIU

Spacery zimowe dzieci w wieku od 2 do 7 lat.

W przedostatnim numerze „Młodej Matki“ była omawiana konieczność i sposób wykonania zimowych spacerów z dziećmi do lat 2-ch. W dzisiejszym artykule omówię w paru słowach spacery dzieci starszych — do lat 7.

Sprawa przyzwyczajenia tych dzieci do zimowych spacerów nie istnieje, gdyż wszystkie one bez wyjątku są przyzwyczajone do mrozu.

Pozostają do omówienia następujące zagadnienia: 1) do jakiej temperatury powietrza mogą te dzieci chodzić na spacer? 2) jak je ubierać, gdy idą na spacer? 3) jak długo ma trwać spacer? i 4) czy można połączyć spacer ze sportami zimowemi?

W dnie mroźne słoneczne dzieci mogą wychodzić na spacer nawet przy temperaturze 8 — 12 stopni poniżej zera. Przy większym mrozie i silnym wietrze, nie należy dzieci wyprowadzać na spacer.

Ubranie zimowe dziecka powinno być ciepłe, lekkie i niekrępujące swobody ruchów. Bardzo praktyczne, ładne i ciepłe, a równocześnie niehamujące ruchów dziecka, są całkowite ubranka trykotowe, wełniane lub tylko rajtuzy, na które zakładamy dzieciom jeszcze ciepły płaszczyk. Pozatem u młodszych dzieci boty lub kalosze. Na szyję ciepły wełniany szalik, tak zawiązany, aby nie tamował ruchów dziecka. Na głowę kapelusik lub czapeczkę zakrywającą uszy. Na ręce rękawiczki wełniane, najlepiej z jednym palcem, gdyż takie są najcieplejsze.

Spacer będzie najzdrowszy i najprzyjemniejszy dla dzieci, o ile będzie się odbywał w ogrodzie. Tutaj dziecko ma dużą swobodę ruchów. Może bezpiecznie biegać, znajduje towarzystwo rówieśników, które dobrze wpływa na jego psychikę.

Dobrze jest, gdy może dziecko spędzać czas w ogrodzie Jordanowskim, gdzie oprócz towarzystwa odpowiedniego dla swego wieku, może mieć jeszcze różne rozrywki zimowe, jak sanki, ślizgawkę.

Korzystanie ze spacerów przy pogodzie niemroźnej nie wymaga omówienia.

Dzieci w tym wieku, jak już nadmieniłam, mogą wychodzić na spacer do temperatury 12 stopni poniżej zera. Najlepiej wychodzić na spacer przed południem, kiedy jest najwięcej słońca, a tem samem najcieplej.

Czas trwania przechadzki przy

niskiej temperaturze nie powinien przekraczać 1½ do 3 godzin, przyczem z dziećmi, które łatwiej marzną, lepiej pójść na spacer dwa razy dziennie, ale zato każdorazowo na krócej.

Na spacerze podczas mrozu dzieci powinny być w stałym ruchu; nie wolno siadać na ławkach, gdyż wtedy może dziecko bardzo przemarznąć.

Dzieci od lat 5-ciu mogą spacer pogodzić częściowo ze sportami zimowemi, jak ślizgawka, a gdzie to możliwe, narty. Oczywiście należy pamiętać o tem, że do sportów dziecko musi być lżej ubrane, niż na spacer, a to z tego względu, że gdy jest w stałym szybkim ruchu, jest mu znacznie cieplej. Ubrane za ciepło przegrzewałoby się i męczyło.

Przed wyjściem z domu powinno dziecko zjeść śniadanie. Głodni ludzie szybko marzną. Natomiast jadanie czegokolwiek na spacerze, na mrozie, jest bezwzględnie niedozwolone. *Dr. Zofja Glińska.*

Myjmy ręce.

Zdrowe dziecko daje w domu dużo radości, spokoju, szczęścia. Z chwilą choroby głęboka troska przygniata nas wszystkich. Martwimy się o przebieg cierpienia, o każdy stopień gorączki, o stan dziecka.

Rzucamy pytanie, kto tu winien?

Szukamy winowajcy. Siebie najczęściej nie winimy.

Że niemowlęta, małe dzieci chorują, w większości przypadków winę ponosimy my sami.

W codziennem bytowaniu z dzieckiem ileż popełniamy omyłek, niedociągnięć, błędów. Skutki odbijają się na tym, kogo najwięcej kochamy. Jednym z naszych błędów, to brudne ręce. Myjemy je niby codziennie.

Czy pamiętamy o tym zwyczaju, zbliżając się do małego dziecka?

Zdaje się, częściej zapominamy o tym obowiązku. W ciągu dnia załatwiamy cały szereg spraw, interesów; spotykamy się z wieloma ludźmi, witamy się przez podanie ręki, liczymy pieniądze.

Czy wiemy, z jakiego źródła pochodzą?

Pomijając zwykły kurz i brud, nagromadzony w szczelinowatych rowkach skóry na palcach, przenieść możemy i bakterje chorób zakaźnych (dur brzuszny).

Naogół matka baczniej przestrzega zasadniczych przepisów higjeny — przed karmieniem niemowlęcia, przed kąpielą, przy przewijaniu dziecka myje ręce. Gorzej jest, gdy słodką pociechę pielęgnuje kilka osób z najbliższego otoczenia.

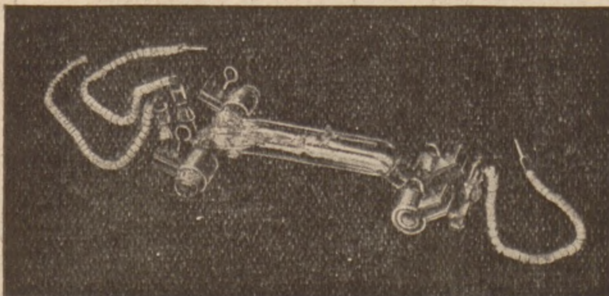
Ile to razy ojciec, wracając do domu, w przystępie czułości nie-

(Dokończenie na str. 78).

Higjena, pielęgnacja i rozwój dziecka w obrazkach.

Naświetlania lampą kwarcową.

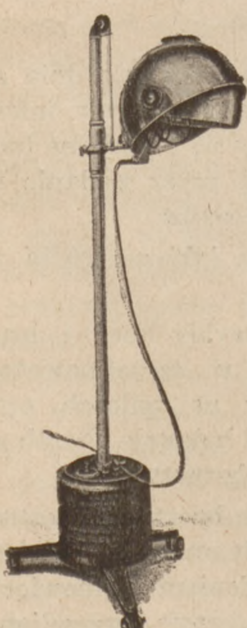
Nie wolno dzieci naświetlać bez polecenia lekarza-specjalisty.



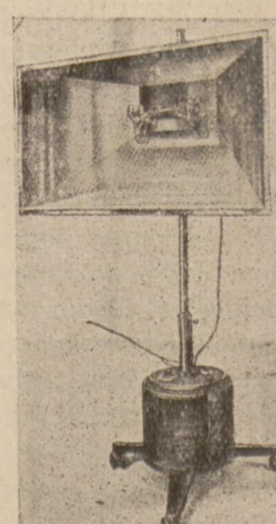
Palnik kwarcowo - rtęciowy, dający chemicznie czynne promienie pozafijołkowe.



Dużo tych promieni zawiera światło słoneczne w gorach.



Lampa kwarcowa syst. dra Bacha.

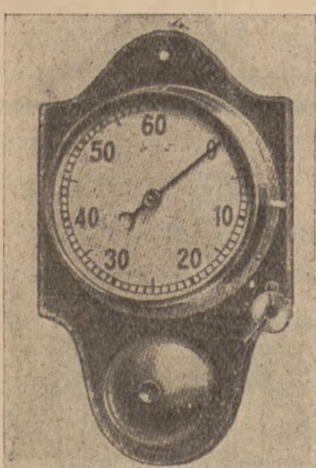


Lampa systemu prof. Jesionka.

Nie goń za modą! poradź się lekarza. Niektórym dzieciom lampa kwarcowa może mocno zaszkodzić.



Naświetlanie dzieci starszych (według Medyńskiego).
Odległość od lampy 90 — 130 cm. zależnie od stopnia zużycia palnika.



Specjalny zegar alarmowy. Czas naświetlania: od $^{1}/_{2}$ min. do 15 min.

Naświetlamy dzieci tylko zimą— latem świeci słońce,



Oczy chronimy za pomocą ciemnych okularów.



Zbiorowe naświetlanie młodszych dzieci. Zamiast okularów oczy zawiązane chustką.



Lampa kwarcowa nie może dziecku zastąpić codziennego spaceru.

Dr. M. ZAKS.

umytemi, powiedzmy szczerze, brudnemi rękoma huśta swoje maleństwo, pieści najdroższe łapki, nie zastanawiając się wcale, jakie kapitalne głupstwo popełnił.

Niebezpieczne dla dzieci są chwile liczniejszych odwiedzin w domu.

Nie pozwólmy cioci, wujciowi, serdecznej przyjaciółce złożyć dowodów zainteresowania się — dowody te najczęściej kończą się ściskaniem i całowaniem najrozkoszniejszych rączek. Rączki te za chwilę z oddanym brudem i bakterjami są w buzi.

Bawimy się dzieckiem, a naprawdę niekiedy igramy bezwiednie z wielkiem niebezpieczeństwem.

Pisaliśmy już wiele razy o higjenie dziecka, o pielęgnacji jego rąk, o paznokciach.

Dzisiaj pomyślmy o swoich przeoczeniach. Myjmy swoje ręce nie raz, nie dwa, a za każdym razem, gdy dziecko chcemy wziąć do rąk.

Mamo! Naucz twych gości tego pierwszego prawa higjeny; może spotkasz się ze zdziwieniem, obrażą, ale Ty tylko strzeżesz swe najdroższe dziecko przed grożącem zakażeniem. Ta obrona dziecka to Twój święty obowiązek.

Nie widzielibyśmy wielu tragedyj, gdyby małe dziecko, niemowlę, mogło głośno krzyczeć: „Zanim zbliżysz się do mnie — umyj ręce".

Dr. St. Bielobradek.

Odpowiedzi na najczęstsze pytania matek.

Niektóre inne zagadnienia, dotyczące pielęgnacji noworodka*).

(Higjena jamy ustnej; paznokcie).

1. *Czy potrzeba wymywać lub wycierać noworodkowi jamę ustną?*

Nie potrzeba i nie można.

2. *Dlaczego?*

Bo błona śluzowa jamy ustnej noworodka jest bardzo delikatna i łatwo ulega uszkodzeniu, co dalej może prowadzić do owrzodzeń i innych przykrych następstw.

3. *A czy z tego powodu dziecko nie dostanie pleśniawek?*

Właśnie nieumiejętne wymywanie jamy ustnej, dawanie niemowlęciu smoczków i t. p. sprzyja zjawianiu się pleśniawek. Pleśniawki należy leczyć stosownie do wskazówek lekarza.

4. *Czy można dawać noworodkowi smoczek do buzi?*

Bezwzględnie nie.

5. *Dlaczego?*

Mimo bowiem największego przestrzegania czystości nierzadko się zdarzy, że dziecko dostanie brudny smoczek do buzi (np. włożony brudną ręką, dotknięty zabrudzonemi paluszkami dziecka i t. p.).

6. *A jak się przedstawia sprawa podcinania języczka?*

Sprawa podcinania języczka jest wogóle przez matki przesadzona. Wada rozwojowa, wymagająca podcięcia języczka, zdarza się bardzo rzadko.

7. *Czy należy noworodkowi obcinać paznokcie?*

Tak.

8. *A jeśli się napotyka przytem na duże trudności?* (obawa przed skaleczeniem).

Żadne trudności i żadne obawy nie zwalniają od tego obowiązku.

9. *Czy obcinanie paznokci jest tak ważną rzeczą?*

Tak. Paznokcie noworodka szybko odrastają; za niemi zbiera się brud. Brud ten noworodek, drapiąc się, wszczepia sobie w skórę.

Dr. P. Wójciak.

*) Podajemy tylko te zagadnienia, które nie były jeszcze poruszane w poprzednich artykułach o noworodku.

Podsłuchane rozmowy.

„Mała pasażerka z prowincji".

Od dłuższej chwili wszyscy pasażerowie byli zajęci pewną małą osóbką. Okutana w ciepłe szale i chusteczki, bardzo niewysoko sterczała ponad podłogą — widać jej było niewiele, głosu jej zato był pełen tramwaj. Pytała się o wszystko, co tylko dojrzała przez okna, przebiegając od jednego do drugiego, z jednej strony wozu na drugą, ale tak się jakoś toczyła zwinnie, zręcznie, że nikogo nie podeptała po nogach, nikomu nie dokuczyła. Punkt kulminacyjny jej zachwytów był na Wiśle: „Ojej! jaka szeroka! a te domy tak wysoko! Jaki długi, śliczny most!"

„No, a teraz uważaj, zaraz Zamek Królewski, o! ten długi dom z czerwoną dachówką, a tu taras, ogród od Wisły", — odezwała się towarzysząca jej młoda pani. „A ja wiem, wiem, kto tu mieszka!" — krzyknęła tym razem już na cały głos maleńka. Spojrzałam na nią i... ścisnęło mnie za gardło — stała na baczność, wpatrując się roziskrzonemi oczkami w okna budynku. A kiedyśmy mijali róg Zamku, skręcając z Placu na Krakowskie Przedmieście, huknęła ze wszystkich sił: „Niech żyje!...", ale matka przykryła jej usteczka i reszta pozdrowienia utknęła w małem gardziołku. „Nie można tak głośno w tramwaju", pochyliła się do niej rodzicielka, „bo się wszyscy przestraszą", niby to karciła, nie kryjąc jednak zadowolenia z zachowania się córeczki.

Przesiadłam się do nich. „Pewnie maleńka pierwszy raz w Warszawie?" zagajam gawędę. „Nie pierwszy, ale jako już orjentująca się, co się koło niej dzieje — to pierwszy. Ma już 6 lat". „Nad wiek roztropne dziecko!" mówię z przekonaniem. „Z tym wyjazdem to była cała historja. Musiałam się wybrać — ważne i bardzo smutne sprawy! Więcejby skorzystał w Warszawie chłopiec (bo mam ich dwoje), ale czwarty oddział — szkoda opuszczać tyle dni, dopiero co tyle tygodni było feryj zimowych. Było mu bardzo przykro, z urazą do nas mówił: „Zobaczyłbym księcia Józefa, Grób Nieznanego Żołnierza... Niech Jagusia koniecznie bukiet położy ode mnie. Mamusia kupi, prawda? I żeby były czerwone i białe kwiaty. Dobrze? Ode mnie". Przyrzekłam mu najsolenniej. A jak jeszcze obliczył sobie, że w Imieniny Pana Prezydenta będziemy w Warszawie, to rozbeczał się na cały głos, choć ma już jedenasty rok i za punkt honoru uważa nigdy nie płakać. „Wybrałbym się z jaką delegacją szkolną i

poszedłbym winszować". Przez ostatnie dnie przed naszym wyjazdem — codziennie udzielał maleńkiej instrukcyj, co, gdzie zobaczy i jak się ma zachować. „Przed pomnikiem Mickiewicza zadeklamujesz pocichutku „Powrót taty", żeby wiedział, że i na Polesiu znamy Go i kochamy. A na Elektoralną, gdzie mieszkał Słowacki, też mama pójdzie? Tam jest biała tablica marmurowa. Numer domu 20. „Niechaj mię Zośka o wiersze nie prosi" — umiesz, Jaguś, przecie?" — pytał. Ażem się ujmowała, że ją zamęczy z kretesem", dodała cicho, a równocześnie dziecko znów mówiło takim szeptem, że cały tramwaj ją sobie na nowo przypomniał: „To Mickiewicz! Prawda, mamusiu, to Adam Mickiewicz! Trzyma rękę na sercu, jak u Wacka w albumie, i brzozy! brzozy! widzi mamusia?"

Pod Kopernikiem wysiadłam i nie dowiedziałam się, czy o Koperniku też miała instrukcję od brata, że „wstrzymał słońce, ruszył ziemię", no i długo ich zapomnieć nie mogłam. A dziś myślę sobie: „Czy we wszystkich rodzinach datę Imienin Pana Prezydenta tak serdecznie pamiętają? Czy należycie potrafimy wrazić w serca naszej, najmniejszej już dziatwy, tę tak świeżą, a ociekłą krwią tysięcy nowinę: „Polska wolna! wolna! A głową naszego, niepodległego nikomu Państwa jest mądry uczony, wynalazca, profesor Ignacy Mościcki, nasz ukochany Prezydent!"

Józefa Gażyńska.

Mów prawdę!

„Alinka wiecznie kłamie!“ „Janek nigdy nie powie prawdy“ — żali się matka przed ojcem lub babką i ze smutkiem stwierdza, że nie umie walczyć z tą wadą dziecięcą. Matka chciałaby, by jej Ala, jej Janek, byli doskonali, pogodni, prawi, pracowici, użyteczni społeczeństwu i t. d., i t. p. Niema końca szeregowi cnót, jakieby pragnęła widzieć w swej córce, w swym synu. A tymczasem dziecko jest łakome, kłótliwe, uparte, kłamie, niszczy, psoci, czasem nawet kradnie lub tyranizuje całe otoczenie.

Kłamstwo. Chcę tu zanalizować tę jedyną wadę, nad którą tyle szlachetnych matek łzy roni. Zastanówmy się przedewszystkiem, jakie są powody kłamstwa.

Jedno dziecko kłamie, gdy mu nie wystarcza świat codzienny, szary, bezbarwny. Stwarza tedy sobie świat inny: złudny, barwny, uroczy.

„Mamusiu, przyszedł dziad — powiada 5-cioletni Jerzyk.

Matka pędzi do drzwi, które, jak się jej zdawało starannie, na klucz zamknęła: ani żywej duszy.

„Gdzież dziad? Co za dziad?“

„Był i poszedł. Miał taką katarynkę i małpkę. Grał i tańczył i małpka tańczyła“ (obraz widzianych kiedyś przygodnie wędrownych grajków, zwierząt i ulicznych aktorów).

Matka wzrusza ramionami, strofuje Jerzyka za odrywanie jej od zajęcia jakiemiś głupstwami i kłamstwami. Nie rozumie, że to była zabawa Jerzyka, który w samotności swej ratuje się od nudy, na jaką jest skazany. To znów dzieci kłamią ze strachu. Nawet niebite i nieszturchane, boją się wymówek,

„Znów podarłeś. Tyle razy ci mówiłam“. Boją się surowej miny ojca lub matki.

Łakome dzieci często kłamią. Niepozbawiona jest pewnych podstaw przestroga rodziców: „skoro dziś kłamiesz, będziesz jutro kradł“.

Dziecko, które nie wie, co to jest cudza własność i kradzież, a dobrało się do słoika z konfiturami, by się niemi uraczyć, widząc zagniewaną minę matki, pytającej surowo: „Czy ruszałeś słoik z konfiturami?“. „Nie“ — odpowiada pośpiesznie w obawie przed karą. Nie mogąc zaś przemóc swego łakomstwa, następnego dnia wymyśla sobie wytłumaczenie, zwala winę na kogoś innego, przewraca lub tłucze słoik, stwarzając pozory, że winowajcą jest kot, myszy i t. p.

Wrażliwe dzieci kłamią, by nie zasmucać rodziców. Często bardzo dzieci kłamią, naśladując starszych.

Nie ujdzie ich uwagi mylna informacja, dana gościom, lub niezgodnie z prawdą podany wiek, albo jakiś szczegół z życia, dobrze znany malcowi. Zanotował sobie w myśli te wykręty, to mijanie się z prawdą starszych. Pociąga go to, bo nie jest zwykłe, naturalne, codzienne. I dziecko przyjmuje od starszych to wszystko, co widzi, słyszy, czem przesiąka pomimo swej woli i świadomości.

Są jeszcze t. zw. bohaterskie kłamstwa. Dziecko bierze winę na siebie, by rówieśnika od kary wybawić, np. gdy jest w gościnie i któreś z dzieci: córeczka czy synek gospodarza stłukł jakąś rzecz wartościową, np. wazę czy lusterko, mały gość, widząc przerażoną minę Zosi czy Stasia, pędzi co sił i mówi jednym tchem: „Waza się rozbiła, ja ją stłukłem“ i t. p.

Inne dzieci kłamią, powodując się ambicją lub próżnością.

„Mój tatuś jest inżynierem“. „A mój tatuś jest doktorem“ — odpowiada synek felczera. — „A moja mamusia ma śliczny kapelusz, kosztuje może 50 złotych“. „A moja... moja ma taką dużą balję, kosztuje sto złotych“. „A moja ma złoty fortepian“. „A u nas jest złota kanapa“ — brną dzieci, prześcigając się w odmalowaniu wnętrza domu barwami jaknajbardziej posiągającemi zmysły. „Jak dorosnę, będę woźnicą“. „A ja szoferem“. A ja ma-

szynistą od lokomotywy". „A ja lotnikiem" i t. d. i t. p.

Podsłuchane te rozmowy przez uważnego obserwatora dałyby wiele ciekawego materjału i metodę postępowania z dziećmi w każdym poszczególnym wypadku.

Jedno z dzieci przesiąknięte jest drobnomieszczańskim światopoglądem swych rodziców „nowobogackich" i takie najzgubniejszy wpływ na swych rówieśników wywiera, inne natomiast powtarzając nieomal te same słowa, zdradza jedynie tajone długo marzenie o przyszłym zawodzie, uzewnętrznia ukryte zdolności i dążenia, z których sobie sam jeszcze dokładnie sprawy zdać nie umie, w jego przekomarzaniu się jest więcej uciechy z możności przejawienia tych ukrytych pragnień, niżli chęci upokorzenia przeciwnika.

Są inne jeszcze przyczyny kłamstwa. Rozpatruje je bardzo obszernie Dr. Franciszka Baumgarten w dziełku p. t. „Kłamstwa dzieci i młodzieży". Podaje tam ona rezultaty ankiety, przeprowadzonej w szkołach na podstawie wspomnień z wczesnego dziecięctwa uczniów i uczenic. Do przyczyn kłamstwa, przezemnie cytowanych, dodaję jeszcze: wykręty, pochodzące z niechęci do nauki, do praktyk religijnych i t. p., których tu nie rozpatruję, gdyż dotyczą starszych dzieci.

Według Fr. Baumgarten dzieci inteligentniejsze i obdarzone większą fantazją częściej kłamią.

„Dorosły człowiek bawi się swą fantazją, podczas gdy w młodym wieku fantazja bawi się dzieckiem".

Im wyższa kultura, tem częstsze kłamstwa. Autorka dochodzi do wniosku, że stosunki rodzinne i system szkolny wadliwe są tego przyczyną, że „należy kłamstwo uczynić zbytecznem, a przedewszystkiem zmienić budowę naszego życia społecznego".

Zgadzając się z nią w zupełności, tak w przesłankach, jak i wnioskach, pragnę jednak nie wchodzić w dalsze szczegóły i podać wskazówki, dające możność dziś jeszcze uzdrowić, do pewnego przynajmniej stopnia zło, którego, o ile nie da się wyrwać z korzeniem, to przynajmniej zażegna się częściowo. Należy pamiętać, że niektóre dzieci, zwłaszcza pod wpływem nieudolnych systemów wychowawczych nianiek lub starzejących się ciotek czy kuzynek, kłamią ze wstydu. „Gdzie cię boli?" „Tu" — mówi 6-cioletnia Józia, pokazując na bok, zamiast wyznać, że ją boli czy swędzi w okolicach organów płciowych lub w pachwince nóżki. Woli cierpieć, niż obnażyć lub nazwać te części ciała, których się wstydzi i które chciałaby ukryć przed światem.

Dzieci w wieku od lat 5 do 7 przeżywają t. zw. okres pierwszego bujania. Są one w tym okresie nienaturalne, bardzo wrażliwe, słabsze niż w innych okresach. To też częściej wówczas kłamią i tu wskazane jest jedynie łagodne sprostowanie, niż strofowanie czy perswadowanie.

Wreszcie trudno nie przyznać, że są kłamstwa patologiczne. Odziedziczona po rodzicach lub dalszych przodkach (atawizm), związana z nienormalnem życiem płciowem, czy też z innemi zaburzeniami systemu nerwowego skłonność do wykrętów, przejawia się częściowo w dzieciach jako kłamstwo bez powodu, kłamstwo, nie mające żadnych podstaw, kłamstwo, którego wytłumaczyć niepodobna! Nie zapuszczając się jednakże w dalszą analizę tych przypadków, nie poruszając na tem miejscu teorji Freuda i Adlera, postarajmy się wysnuć wnioski, na podstawie materjału powyżej cytowanego. Uważny obserwator stwierdzi łatwo, że podane na początku artykułu p r z y c z y n y kłamstw dziecięcych są brane żywcem z praktyki codziennej. Atmosfera tedy domu, przepojona pogodą, radością i pracą, dostarczająca dzieciom wiele barwnych, wiekowi dziecięcemu odpowiadających wrażeń, czujni, ale nie srodzy i nienastawieni na strofujący i moralizatorski ton, rodzice i wychowawcy — oto podłoże, na którem wyrastać będzie szczęśliwe i prawdomówne nowe pokolenie.

Dziecko *musi* mieć wciąż nowy pokarm duszy. Zabawy, książki z obrazkami, opowiadania, zajęcia różne, wycieczki bliższe i dalsze, obserwacja przyrody, współżycie ze światem roślinnym, zwierzęcym, umożliwią naturalny rozwój jego ukrytych uzdolnień i dyspozycyj, i sprawią, że na kłamstwa, wykręty i oszustwa zbraknie czasu i możności. A skoro fantazja je uniesie, lub wyraźnie mija się dla jakichbądź powodów z prawdą, nie załamujmy rąk, nie róbmy z tego tragedji, nie wołajmy: „Nie kłam! nie kręć! nie oszukuj!, ale łagodnie, choć stanowczo: „Powiedz mamusi prawdę". „Chcę wiedzieć, jak było"... „Mów prawdę, Stachu!" i t. p. (Zawsze pozytywnie, nigdy negatywnie!), a przekonamy się, jak prędko dziecko zerwie z brzydkim nałogiem.

Zyskując z dniem każdym coraz bardziej jego zaufanie, ani się spostrzeżemy, jak to samo dziecko, które do niedawna nas okłamywało, otwarcie i śmiało powie nam zawsze prawdę, uznając w nas przyjaciela i powiernika.

Dr. C. Bańkowska.

Rola zabaw w rozwoju psychicznym dziecka.

Zabawa w rozwoju psychicznym dziecka odgrywa bardzo ważną rolę, albowiem umożliwia naszym pociechom rozwój ich wszystkich sił. W zabawie ćwiczą się zarówno zdolności psychiczne, jak i fizyczne. Dziecko małe, bawiąc się, ćwiczy swoje zmysły, uwagę. Staje się bardziej spostrzegawcze; uczy się myśleć. Jego skłonność do fantazji rozwija się i pogłębia. Bawiąc się różnemi zabawkami, dziecko ma możność poznania konstrukcji tych przedmiotów. Popęd do poznania często znajduje sobie ujście w ten sposób, że dziecko łamie, tłucze różne rzeczy, żeby przekonać się, co jest w środku. Jest to przyczynowe podłoże t. zw. zabaw destrukcyjnych.

U dzieci trochę starszych obserwujemy zamiłowanie do zabaw konstrukcyjnych, to jest takich, w których coś się wytwarza (np. rysowanie, budowanie, wycinanie). Należy ułatwiać dążenie do realizowania tych zamiłowań, gdyż w zabawach konstrukcyjnych dziecko zaspakaja swój popęd do pracy twórczej. Dlatego pod względem rozwojowym i ten typ zabaw ma doniosłe znaczenie.

Dzieci starsze przekładają zabawy grupowe. Ten rodzaj zabaw jest bardzo ważny dla społecznego rozwoju osobowości, gdyż uczy współpracy z innymi osobnikami i odgrywa znaczną rolę w rozwoju uczuć społecznych.

Gry zbiorowe sprzyjają rozwojowi poczucia solidarności, sprawiedliwości, uczą karności i obowiązkowości. I dlatego dla rozwoju charakteru młodocianych są one bardzo ważnym czynnikiem. W grach wyrabia się i ćwiczy wola. Gry ułatwiają młodocianym zdobycie trudnej zdolności, jaką jest umiejętność opanowywania popędów. Pokonywując różne przeszkody, dziecko rozwija w sobie odwagę i śmiałość, zdobywa ufność do siebie samego i staje się coraz bardziej samodzielne i zaradne.

Dzieci, które w wieku przedszkolnym nie bawiły się z innemi dziećmi, mają bardzo duże trudności, gdy rozpoczynają naukę szkolną. Z powodu nieumiejętności przystosowania się do życia gromadnego, źle się czują w otoczeniu innych dzieci. Często ujemne ustosunkowanie się do swych kolegów przenoszą na całą szkołę, niechętnie uczęszczają na lekcje; nie lubią się uczyć.

Również dla dobrego samopoczucia młodocianych zabawa jest często rzeczą niezastąpioną. Mała istota, skutkiem swojej nieudolności i niezaradności życiowej w silnym stopniu przeżywa poczucie małowartościowości. Zabawa jest jednym z tych czynników, które dają poczucie władzy nad przedmiotami. W zabawach konstrukcyjnych, destrukcyjnych już małe dziecko znajduje teren do zaspokojenia popędu do znaczenia.

Przez zabawy, gry ruchowe dochodzą do głosu różne instynkty, a zaspokojenie instynktów wywołuje dodatnie samopoczucie i pogodę duchową. Wychowawca powinien dbać o dobre samopoczucie psychiczne swoich pupilów, gdyż pogoda ducha w dodatni sposób odbija się na funkcjonowaniu różnych narządów ciała (oddychanie, — krążenie krwi, przemiana materji), oraz stanowi dodatni grunt do rozwoju uczuć społecznych. Dzieciak, który psychicznie źle się czuje, zwykle stroni od ludzi i zdradza tendencje do zasklepiania się w sobie. Odwrotnie, gdy jego samopoczucie jest dodatnie i „wesoło mu na duszy“, chętnie szuka kontaktu z otoczeniem.

Głównie w zabawach znajduje sobie ujście aktywność małych dzieci i przez zabawę rozwija się u dziecka pociąg do swobodnej i twórczej aktywności. Ale nietylko pod względem umysłowym i moralnym gorzej rozwijają się dzieci, które nie mogą się bawić. Również dla rozwoju sprawności ruchowej zabawy odgrywają bardzo doniosłą rolę. Zabawki, różne gry ruchowe są doskonałym środkiem do rozwijania ruchowej energji i ćwiczenia zręczności. Przez zabawę dziecko uczy się również opanowywać ruchy przez wolę.

Ćwiczenie sprawności ruchowej w zabawach odbywa się zdala od niebezpiecznego kontaktu z rzeczywistością, skutkiem czego dziecko zaoszczędza sobie smutnych doświadczeń. U dzieci, które spowodu nieodpowiednich warunków wychowawczych nie miały zabawek, ani nie mogły brać udziału w grach ruchowych, obserwujemy opóźnienie zdolności psychomotorycznych.

Z wyżej omówionych powodów zabawa jest najlepszem zajęciem dla dzieci w wieku przedszkolnym. I dlatego należy im możliwie ułatwiać instynktowny pociąg do różnego rodzaju zabaw. Ale nie trzeba narzucać pewnego typu zabawek, czy gier. Dzieciak intuicyjnie sam wybiera ten rodzaj zabawy, który jest najwłaściwszy dla fazy rozwojowej, w której się znajduje. Należy mu tylko dostarczyć odpowiedniego materjału, ewentualnie towarzyszy dla zabaw grupowych.

Na zakończenie jeszcze jedna uwaga: nie karzmy dziecka za surowo, gdy kierowane chęcią poznania, złamie czy stłucze jakąś zabawkę. Chcąc uniknąć większych strat, nie kupujmy raczej drogich zabawek. Nie gniewajmy się również, gdy w grach grupowych wy-

ładowując swoją energję, za głośno krzyczy, czy zbytnio dokazuje. Albowiem musimy pamiętać, że zabawa jako środek wychowawczy jest niczem niezastąpionym czynnikiem i że w wychowaniu młodocianych oddaje nam nieocenione usługi.

„Te dzieci dużo zdziałają w wieku dojrzałym, które dużo bawiły się w dzieciństwie" (H. Hetzer).

Stefanja Warszawska.

DZIĘKUJĘ.

Każde dziecko „dobrze wychowane" — rodzice wielką do tego przywiązują wagę — powinno przy otrzymaniu jakiegoś podarunku podziękować dającemu. Przy usłudze, oddanej sobie przez osobę obcą — także; mamusi niesposób podziękować za każde odpięcie, zapięcie, utarcie noska i t. d.; byłoby za dużo tych dziękczynień... Ta okoliczność troszkę dezorjentuje małe dziecko i sprawia, że często ono, pomimo wysiłków wychowawców, nie może jednak przyzwyczaić się do podziękowania bez podszeptu starszych samodzielnie.

Podziękowanie z ceremonją pocałowania w rączkę czy „w buzię", szuraniem nóżką, czy dygnięciem, wypada często w chwili, kiedy obdarowany poprostu na to nie ma czasu, pochłonięty, jak to tylko dzieci potrafią, świeżo otrzymanym podarunkiem.

Co do mnie, gdy przynoszą coś maleństwu w darze, prawdziwą satysfakcję sprawia mi — właśnie brak podziękowania.

Najodpowiedniejszą chwilą na „dziękuję", bywa chwila przed rozpakowaniem paczki lub — po nacieszeniu się tem, co w niej się znalazło.

Słusznie atoli przyzwyczajamy dziecko od małego do obowiązków uprzejmości. Nie uczmy go wszakże wyłącznie formalnej strony, owego dziękowania słowem czy pocałunkiem.

Niech dziecko nietylko podziękuje, ale także niech będzie wdzięczne.

Można — i trzeba — urabiać to wysoce dodatnie uczucie w sercu dziecięcem.

Wdzięczność, — to moneta obiegowa. Nie jest nawet praktycznie iść przez życie nie zaopatrzywszy się w nią, tak jak nie jest praktycznie wędrować po świecie bez zasobów pieniężnych. Wdzięczność nietylko opłaca już otrzymane dobro, ona sprowadza na nas coraz to nowe dary.

Wdzięczność — i to wzgląd najważniejszy — niesie w sobie jakby bodźce radości życia. Tworzy ona w nas samych dobroć i wywołuje dobro w duszy człowieka, któremu jesteśmy wdzięczni. (Jesteśmy wdzięczni — nie: okazujemy wdzięczność).

Mając przed oczami szereg ludzi, którzy prosili o coś, stale obserwowałam znamienny objaw: nie chcąc czy nie mogąc zadość uczynić prośbie w całym jej zakresie, obiecywano spełnienie jej tylko w pewnym — niekiedy maluczkim procencie. Jedni z proszących z wyraźnym żalem odchodzili, zacinając usta. Drudzy — „wdzięczne serca“ i ten mały procencik ofiarowywany sobie przyjmowali wybuchem szczerej, gorącej podzięki. Śledziłem dalszy bieg spraw. Pierwszym albo dotrzymywano skrupulatnie tyle, ile obiecano, albo — częściej —mniej niż obiecano. Drugim — zawsze i niezawodnie, czasem wbrew rachunkowi pradwopodobieństw i możliwości — spełniano prośbę, nawet stuprocentowo, nawet z czubkiem.

Dzieci nasze wyrosną i będą żyły z ludźmi i wśród ludzi. Jeżeli od dziecka przyuczą się widzieć w nich przyjaciół swoich, będą żyć wśród przyjaciół, posiądą bowiem ów dar bez ceny obracania ludzi ku sobie ich lepszą stroną, jedną z gwarancyj powodzenia.

Jak nauczyć dzieci wdzięczności? Oczywiście nie zapomocą stereotypowego: „podziękuj“. Trzeba wykazać dziecku, że w każdym darze bądź materjalnej bądź duchowej treści, tkwi miłość człowieka dla człowieka, zrozumienie cudzych potrzeb i ofiara.

Nie mówmy o wdzięczności, nie nakazujmy jej bynajmniej: bądź-

my sami wdzięczni, ale tak, aby dziecko o tem wiedziało, za wszystko, co się dla tego dziecka robi, bez różnicy, czy to wyczyny rąk bezpłatnych, czy płatnych, nas tu bowiem zajmować będzie element ultra - opłatowy: uczucie sympatji, miłość dla dziecka.

Dziecko tak przywykło w swej bezradności do korzystania z usług, że ich nie widzi i nie czuje: wykażmy mu miłość i ofiarę tej służby, twardszym i oporniejszym naturom dajmy czasem wyczuć jej brak. Tylko nie jest wskazanem, przedstawiać dziecku jaskrawo ciężary i boleści poniesionych ofiar: nie jak komuś było ciężko i nieznośnie coś dla dziecka zrobić czy poświęcić, — przeciwnie, jak radośnie jest służyć temu, kogo się kocha. Dziecięca dusza o wiele łatwiej oddźwięcza na te nuty majowe i rozmiłowuje się w tem, co je sprowadza.

Bardzo też ważnem będzie skrupulatne unikanie wszystkiego, co dziecko może źle usposobić dla kogo bądź. Nie podkreślajmy wyrachowania, obłudy, nieszczerości niektórych dawców, przynoszących dziecku podarunki. Raczej w miarę sił i możności zachęcajmy je, aby samo spróbowało dać coś ze siebie otoczeniu i wysiłki te niech będą przyjęte również wdzięcznie, jednakże nie jak coś osobliwszego i niebywałego — raczej jak spodziewany objaw rozwoju samego dziecka, które dorasta już do największego zaszczytu i najlepszej rozkoszy: do służby ludziom.

M. Benisławska.

Czapki karnawałowe.

Doświadczenie wykazało, że na balach karnawałowych: zarówno w Politechnice, jak w przedszkolu— największą popularnością cieszą się czapki oraz wszelkie ozdoby głowy. Czapki bywają rozmaite: cylinderek, „pierrotka", t. j. szpiczasta czapeczka arlekina, kapelusz hiszpański... i t. d. i t. d.

Podam tutaj trzy wzory czapek, które są łatwe do wykonania.

1. Prostokąt krepiny (karbowanej bibułki), długi na 50—60 cm. (żeby dał obwód głowy) i szeroki na 50 cm. — zagina się od strony głowy na jakie $2\frac{1}{2}$ cm., od góry zaś nacina się w zęby (fig 1). W połowie prostokąta ujmuje się bibułkę i związuje w pęczek (fig. 2). Dolną część łączymy, tworząc czapkę i doczepiając ostatni ząb górnej części. Utworzy się rodzaj grzebienia, który przypadnie na tył głowy (fig. 3). Czapkę tę można rozmaicie przyozdobić — jest efektowna i prosta w wykonaniu.

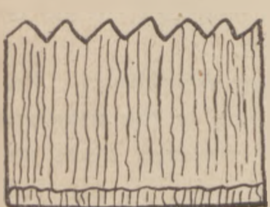
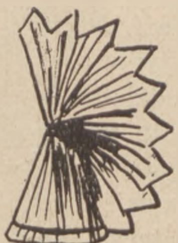

fig 1


fig 2.


fig 3.

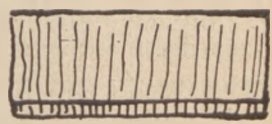



fig. 4

2. Nieco niższy prostokąt krepiny zaginamy od strony głowy lub podklejamy oba poprzeczne boki i składamy całość tak, żeby miejsce sklejenia wypadło na środku (fig. 4). Utworzył się mniejszy „podwójny" prostokąt. Oba jego górne kąty zaginamy ku sobie w pierożek (fig. 5), którego górę zginamy z kolei ku dołowi i przytwierdzamy na


fig 5

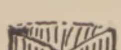
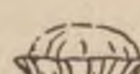

fig 6


fig 7.


fig. 8


fig 9.

brzegu czapeczki (fig. 6). Przyszyte piórko lub rozetka będą stanowiły zakończenie — i furażerka gotowa (fig. 7).)

3. Duże koło krepiny o średnicy 50 cm. lub większej — składa się w fałdy aż do rozmiaru głowy (fig. 8). Na odległości 1 — 1½ cm. od brzega nalepia się pasek kartonu. Długość paska równa się obwodowi głowy. Zagięty i przyklejony do paska „dół" utworzy sterczące do góry rondko, właściwie rodzaj rozetki — i mamy „modny" kapelusik (fig. 9).

A teraz — życzę miłej roboty i wesołej zabawy na balu.

J. Stawe.

Odpowiedzi na listy rodziców.

1. *Pani Annie Bieniowej.* Niestety, żądanych informacyj w sprawie przytoczonego imienia udzielić Pani nie możemy. Poprostu na tem się nie znamy. 11-miesięczne dziecko może jeszcze nie chodzić i nic złego w tem niema. Dziecko, gdy dobrze je, nie potrzebuje dodatkowych płynów. Jeżeli jednak chce pić, można jej dawać płyny obojętne, nawet parę razy dziennie.

2. *Pani B. Racickiej* Artykuł w sprawie skrzywień kręgosłupa ukaże się wkrótce.

3. *Pani R. Babickiej.* Najłatwiej jest ustrzec niemowlę od grasującej teraz grypy, o ile chore osoby nie będą się z nim stykać. Jeżeli Pani sama jest chora, najlepiej będzie, jeżeli Pani w czasie karmienia będzie nosić maseczkę, któraby zakryła nos i usta.

4. *Pani Z. Leberowej.* Stołeczki, które ma Pani 5-miesięczne dziecko, należą do kategorji t. zw. stolcy zmydlonych. Sądzimy, że lepiej będzie, pokazać dziecko lekarzowi specjaliście, tem bardziej, że ma go Pani pod bokiem.

5. *Pani Z. Marchewkowej.* Zanoszenie się dziecka w tak młodym wieku, przecież córeczka Pani zaledwie skończyła miesiąc, nie jest objawem tężyczki. Jeżeli to zanoszenie się nie jest duże, dziecko przytem nie sinieje, to nie należy się niepokoić. Wolniejsze i częstsze stołeczki w tym wieku są zjawiskiem prawie fizjologicznem. Mocz natomiast nie powinien już w tym czasie zostawiać tak intensywnych żółtych plam na pieluszkach. Czy dziecko jeszcze dotychczas nie ma żółtaczki?

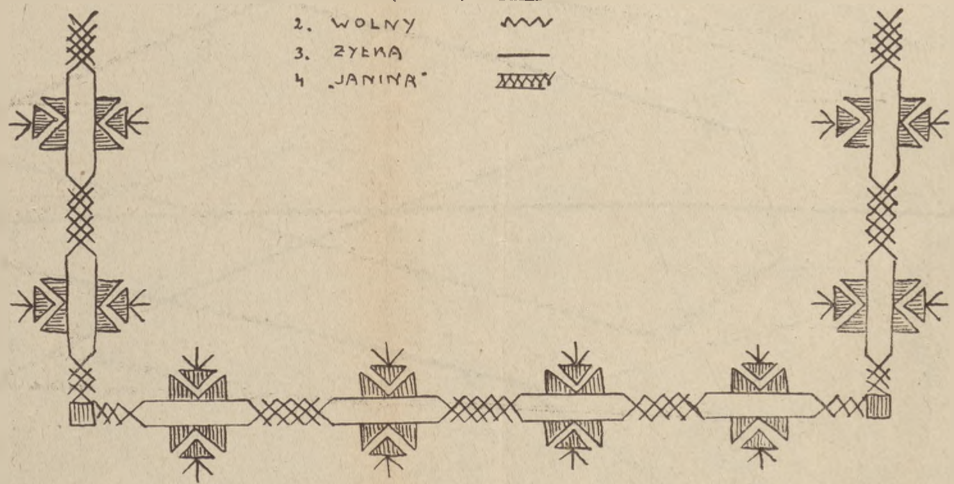
6. *Pani Natalji Zubickiej.* Po dwóch latach dziecko może jadać już kwaszoną kapustę. W ten sposób uzyskuje Pani bardzo wartościową jarzynę. Mięso powinno być nadal mielone. Ponieważ córa Pani bardzo dużo waży — 15 kilo i sama Pani nazywa ją tłuściochem, radzimy na drugie śniadanie dawać tylko owoce.

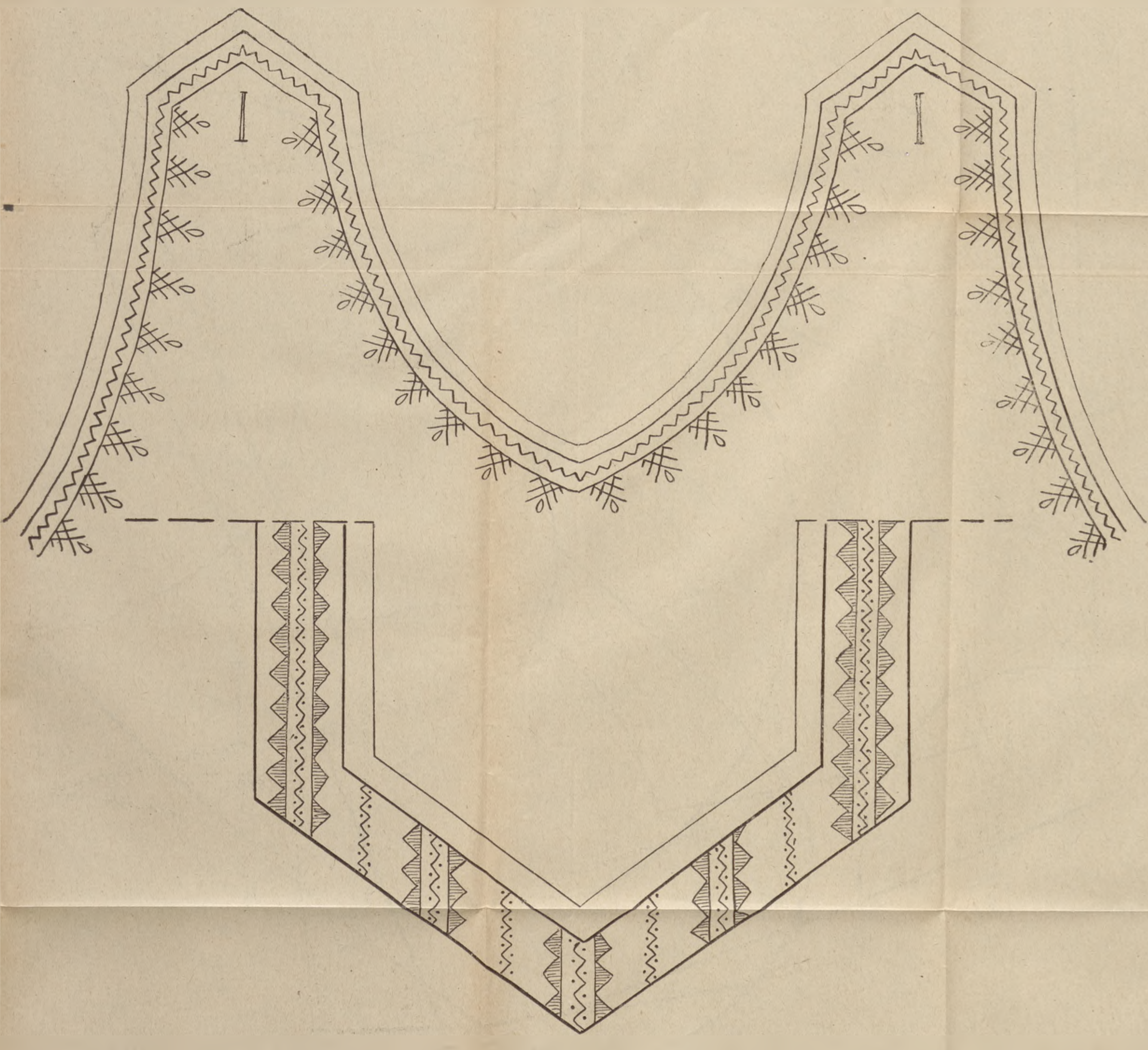
Dodatek do Dwutygodnika „MŁODA MATKA“ Nr. 4 1935 r.

SZLAKI NA FARTUSZKI

ŚCIEGI:

1. DZIERGANY
2. WOLNY
3. ŻYŁKA
4. „JANINA“





UBRANIE DLA CHŁOPCZYKA 6-letniego

